

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP
PENCEGAHAN *CYBERBULLYING* PADA SISWA SMK**

TUGAS AKHIR



RARA SALSABILA

NIM 2210123120012

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN
TEKNOLOGI REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN**

2026

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP
PENCEGAHAN *CYBERBULLYING* PADA SISWA SMK**

TUGAS AKHIR



RARA SALSABILA

NIM 2210123120012

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN
TEKNOLOGI REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN**

2026

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP
PENCEGAHAN *CYBERBULLYING* PADA SISWA SMK**

TUGAS AKHIR

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan
Pada Jurusan Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

RARA SALSABILA

NIM 2210123120012

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN
TEKNOLOGI REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN
2026**

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP PENCEGAHAN *CYBERBULLYING* PADA SISWA SMK

RARA SALSABILA

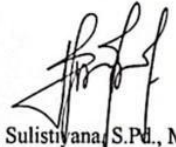
NIM 2210123120012

Disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pembimbing I


Dr. Hj. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd
NIP. 198007022005012004

Pembimbing II


Dr. Sulistiyana, S.Pd., M.Pd
NIP. 198503012008012008

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat




Dr. Hj. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd
NIP. 19800702 200501 2 004

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Tugas akhir oleh Rara Salsabila

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada tanggal 15 Juli 2026

Dewan penguji

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd

NIP. 198007022005012004

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd

NIP. 199208062018032001

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd

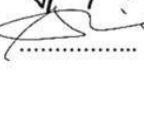
NIP. 198007022005012004

Dr. Sulistiyana, S.Pd., M.Pd

NIP. 198503012008012008

Dr. Ririanti Rachmayanie J., S.Psi., M.Pd

NIP. 197502142005012001

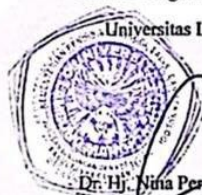
 Ketua
 Sekretaris
 Penguji I
 Penguji II
 Penguji III

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Hj. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd

NIP. 19800702 200501 2 004

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawa ini:

Nama : Rara Salsabila
NIM : 2210123120012
Tempat/ tanggal lahir : Kotabaru, 23 Agustus 2003
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **"PENGARUH SELF-COMPASSION TERHADAP PENCEGAHAN CYBERBULLYING PADA SISWA SMK"** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/ sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin, 10 Juli 2026

Hormat Saya,



Rara Salsabila

NIM. 2210123120012

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Karena sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”
— Surah Al-Insyirah ayat 5-6

“It will pass, all is well.”

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas segala nikmat, rahmat, serta kasih sayang-Nya yang senantiasa memberikan kekuatan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, sebagai teladan dalam menjalani kehidupan.

Dengan penuh rasa syukur yang mendalam, tugas akhir ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang tanpa henti. Kepada keluarga yang senantiasa menjadi sumber semangat dan kekuatan dalam setiap proses yang dilalui. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada dosen pembimbing, Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd. dan Ibu Dr. Sulistiyana, M.Pd., yang telah dengan sabar memberikan arahan, bimbingan, serta ilmu yang sangat berarti dalam penyelesaian tugas akhir ini.

Serta kepada teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan kebersamaan selama proses perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir ini. Terima kasih banyak atas waktu dan bantuan yang selalu diberikan sehingga tugas akhir ini bisa terselesaikan dengan baik.

ABSTRAK

Salsabila, R., Sari, N. P., Sulistiyana. (2026). Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Pencegahan *Cyberbullying* Di Smk Negeri. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 16(3).
Pembimbing: (I) Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd. (II) Dr. Sulistiyana, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: *self-compassion*, pencegahan *cyberbullying*, siswa SMK.

Cyberbullying masih menjadi permasalahan yang signifikan di kalangan remaja sehingga diperlukan penguatan upaya pencegahan *cyberbullying* untuk mendorong perilaku digital yang aman dan bertanggung jawab. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self-compassion* terhadap pencegahan *cyberbullying* pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Banjarmasin.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survey kolerasional dan analisis regresi linier sederhana. Partisipan penelitian berjumlah 253 siswa kelas X SMK Negeri 1 Banjarmasin yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala Likert yang terdiri atas instrumen *self-compassion* dan instrumen pencegahan *cyberbullying*. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan tingkat masing-masing variabel dan analisis regresi linier sederhana untuk menguji pengaruh *self-compassion* terhadap pencegahan *cyberbullying* dengan bantuan IBM SPSS Statistics versi 29.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-compassion* dan pencegahan *cyberbullying* pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Banjarmasin berada pada kategori sedang. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa *self-compassion* berpengaruh positif dan signifikan terhadap pencegahan *cyberbullying* ($\beta = 0,217$; $R = 0,217$; $p < 0,001$; $R^2 = 0,047$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki siswa, maka semakin baik pula upaya pencegahan *cyberbullying* yang dilakukan. Oleh karena itu, *self-compassion* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu aspek yang perlu dikembangkan melalui layanan bimbingan dan konseling sebagai upaya mendukung pencegahan *cyberbullying* di lingkungan sekolah.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah Swt yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga skripsi berjudul **“Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Pencegahan *Cyberbullying* pada Siswa SMK”** berhasil diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari peran serta dan berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu disampaikan ucapan terima kasih khususnya kepada Ibu Dr. Hj. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd. sebagai pembimbing I dan Ibu Dr. Sulistiyana, S.Pd., M.Pd. sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, arahan, dan saran dalam penyusunan skripsi ini. Selain itu, ucapan terima kasih ditujukan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad, SE., M.Si. Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Prof. Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes., AIFO Dekan FKIP Unlam Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
3. Ibu Dr. Hj. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan dalam penyusunan tugas akhir ini.
4. Ibu Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling, yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses penyusunan tugas akhir.
5. Ibu Dr. Sulistiyana, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, saran, serta bimbingan dalam penyusunan tugas akhir ini
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling beserta staf administrasi yang telah memberikan ilmu, bantuan, pelayanan, dan motivasi selama penulis menempuh pendidikan.

7. Ibu Agustin Purnomosari, S.Pd., M.Pd., Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Banjarmasin yang telah memberikan izin melakukan penelitian sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
8. Bapak/Ibu Guru Bimbingan dan Konseling SMK Negeri 1 Banjarmasin yang telah menerima penulis dengan baik serta memberikan bantuan, arahan, informasi, dan kerja sama selama proses pelaksanaan penelitian. Terima kasih atas waktu, perhatian, serta dukungan yang diberikan sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan memperoleh data yang diperlukan untuk penyusunan tugas akhir ini.
9. Seluruh siswa kelas X SMK Negeri 1 Banjarmasin yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian ini.
10. Kedua orang tua, Bapak Lukman & Ibu Rasidah. Mereka mungkin tidak sempat merasakan pendidikan di bangku perkuliahan, namun dengan segala perjuangan dan pengorbanan, beliau mampu mengantarkan ketiga putrinya merasakan pendidikan hingga ke jenjang perkuliahan dan meraih gelar. Terima kasih atas setiap pengorbanan, kerja keras, dan kesabaran yang tidak selalu terlihat namun selalu dirasakan, yang menjadi kekuatan terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan setiap proses hingga titik ini.
11. Kedua saudari tercinta, Sari dan Ridha, serta kakak ipar Faisal dan Ilham, yang dengan tulus tidak hanya memberikan doa dan dukungan, tetapi juga berjuang membantu memenuhi kebutuhan penulis selama masa perkuliahan. Terima kasih atas segala pengorbanan, perhatian, dan kasih sayang yang begitu berarti dan tidak akan pernah dapat terbalaskan sepenuhnya.
12. Ketiga keponakan tersayang, Husein, Ali, dan Shofiyyah, yang selalu menghibur penulis dengan tingkah laku yang menggemaskan dan penuh keceriaan. Terima kasih telah menjadi sumber kebahagiaan di tengah lelahnya proses yang dilalui.
13. Kepada SWL, terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, tawa, dan air mata selama perjalanan perkuliahan hingga proses penyusunan tugas akhir ini. Terima kasih atas doa, semangat, dukungan, perhatian, serta kehadiran yang selalu menguatkan penulis di setiap proses, baik dalam keadaan senang

maupun sulit. Kebersamaan, canda tawa, dan kenangan yang telah dilalui bersama menjadi salah satu alasan penulis mampu bertahan dan menyelesaikan perjalanan ini.

14. Seluruh teman angkatan 2022 Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah kebersamai selama masa perkuliahan.
15. Terakhir, kepada diri sendiri. Terima kasih telah memilih untuk tetap bertahan, meskipun langkah ini tidak selalu mudah. Terima kasih telah memeluk segala lelah, menerima setiap luka sebagai pelajaran, dan terus melangkah meski berkali-kali dihampiri keraguan. Tidak semua perjuangan terlihat oleh orang lain, tetapi setiap doa, air mata, dan usaha telah mengantarkanmu sampai pada titik ini. Semoga apa yang telah diperjuangkan hari ini menjadi awal dari kehidupan yang penuh keberkahan, kebahagiaan, dan mimpi-mimpi yang perlahan menjadi nyata.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahan. Sehingga diharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun agar isi dari skripsi ini menjadi lebih baik. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah Swt dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin

Banjarmasin, 10 Juli 2026

Hormat saya,



Rara Salsabila

NIM 2210123120012

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN SAMPUL.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
SURAT PERNYATAAN	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ARTIKEL	1
DAFTAR RUJUKAN.....	31

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	4
Tabel 2. Kategorisasi Variabel Pencegahan <i>Cyberbullying</i>	5
Tabel 3. Kategorisasi Variabel <i>self-compassion</i>	5
Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Residual.....	6
Tabel 5. Hasil Uji Linearitas	6
Tabel 6. Hasil Uji Heteroskedastisitas	6
Tabel 7. Hasil Uji Kelayakan Model Regresi (ANOVA).....	6
Tabel 8. Hasil Analisis Regresi	7
Tabel 9. Hasil Koefisien Determinasi	7

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Kajian Teoretik</i>	12
<i>Lampiran 2 Kisi-Kisi dan Instrumen Variabel Self-Compassion Sebelum Uji Instrumen</i>	34
<i>Lampiran 3 Hasil Uji Instrumen Variabel Self-Compassion</i>	37
<i>Lampiran 4 Kisi-Kisi dan Instrumen Variabel Self-Compassion Sesudah Uji Instrumen</i>	39
<i>Lampiran 5 Kisi-Kisi dan Instrumen Variabel Pencegahan Cyberbullying</i>	41
<i>Lampiran 6 Tabulasi Data Uji Instrumen Variabel Self-compassion</i>	43
<i>Lampiran 7 Tabulasi Data Variabel Self-compassion.....</i>	44
<i>Lampiran 8 Tabulasi Data Variabel Pencegahan Cyberbullying</i>	48
<i>Lampiran 9 Hasil Uji Statistik Deskriptif Data</i>	52
<i>Lampiran 10 Hasil Uji Asumsi Klasik</i>	53
<i>Lampiran 11 Hasil Uji Hipotesis</i>	54
<i>Lampiran 12 Jurnal Revisi Dosen Pembimbing I</i>	55
<i>Lampiran 13 Jurnal Revisi Dosen Pembimbing II.....</i>	57
<i>Lampiran 14 Surat Izin Penelitian</i>	59
<i>Lampiran 15 Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....</i>	61
<i>Lampiran 16 Review dari Reviewer A Jurnal Guidena</i>	62
<i>Lampiran 17 Review dari Reviewer B Jurnal Guidena</i>	77
<i>Lampiran 18 Invoice Artikel</i>	93
<i>Lampiran 19 LoA Artikel.....</i>	94
<i>Lampiran 20 Sertifikat Hasil Uji Plagiasi</i>	95
<i>Lampiran 21 Biodata Mahasiswa</i>	96